

臺南市立中山國民中學 113 學年度第一學期 七 年級彈性學習 特殊需求 課程計畫(□普通班/■特教班)

學習主題名稱	社會技巧	實施年級 (班級組別)	七年級	教學節數	本學期共(21)節			
彈性學習課程 四類規範	<p>3. ■特殊需求領域課程 身障類: <input type="checkbox"/>生活管理 <input checked="" type="checkbox"/>社會技巧 <input type="checkbox"/>學習策略 <input type="checkbox"/>職業教育 <input type="checkbox"/>溝通訓練 <input type="checkbox"/>點字 <input type="checkbox"/>定向行動 <input type="checkbox"/>功能性動作訓練 <input type="checkbox"/>輔助科技運用 資優類: <input type="checkbox"/>創造力 <input type="checkbox"/>領導才能 <input type="checkbox"/>情意發展 <input type="checkbox"/>獨立發展 其他類: <input type="checkbox"/>藝術才能班及體育班專門課程</p> <p>4. <input type="checkbox"/>其他類課程 <input type="checkbox"/>本土語文/新住民語文 <input type="checkbox"/>服務學習 <input type="checkbox"/>戶外教育 <input type="checkbox"/>班際或校際交流 <input type="checkbox"/>自治活動 <input type="checkbox"/>班級輔導 <input type="checkbox"/>學生自主學習 <input type="checkbox"/>領域補救教學</p>							
設計理念	藉由課程幫助學生增進處己、處人、處環境之技巧，培養其適應生活、解決問題的能力。							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	J-A1 具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。 J-A2 具備理解情境全貌，並做獨立思考與分析的知能，運用適當的策略處理解決生活及生命議題。 J-B1 具備運用各類符號表情達意的素養，能以同理心與人溝通互動，並理解數理、美學等基本概念，應用於日常生活中。 J-C2 具備利他與合群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養							
課程目標	1. 透過情緒和壓力的辨識與處理，培養情緒和壓力問題解決、計畫擬定或調整的能力。 2. 運用適當的方式接收和解讀訊息，學習尊重、欣賞他人，以及妥善處理衝突情境的能力。 3. 透過傾聽他人、表達自我需求或參與團體討論的方式，培養適應學校、家庭和社區等各種情境的能力。							
配合融入之領 域或議題	<input type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文 <input type="checkbox"/> 英語文融入參考指引 <input type="checkbox"/> 本土語 <input checked="" type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input checked="" type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 數學 <input type="checkbox"/> 社會 <input type="checkbox"/> 自然科學 <input type="checkbox"/> 藝術 <input checked="" type="checkbox"/> 綜合活動 <input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input checked="" type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input type="checkbox"/> 健康與體育 <input type="checkbox"/> 生活課程 <input type="checkbox"/> 科技 <input type="checkbox"/> 科技融入參考指引 <input type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input type="checkbox"/> 多元文化教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 原住民教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育							
表現任務	口頭發表、情境演練、觀察							
課程架構脈絡								
教學期程	節數	單元與活動名稱	學習表現 校訂或相關領域與 參考指引或 議題實質內涵	學習內容 (校訂)	學習目標	學習活動	學習評量	自編自選教材 或學習單
第1週	1	認識自己與同學	特社 2-IV-6 適當介紹自己獨特的地方，主動尋求志同道合的朋友。 特社 1-I-4 察覺自己與他人對自己的看法或態度。	特社 B-IV-3 優勢的呈現與表達。 特社 A-I-3 自我優弱勢的察覺。	1. 了解自己和同儕的優點、專長、興趣、獨特的地方。 2. 了解別人對自己的看法。	1. 自我介紹並介紹自己獨特的地方。 2. 說出或畫出自己的優點及待加油之處。 3. 專心聽同學的自我介紹，並在聽完後試著說出幾項關於同學的特質。 4. 透過提問與討論更認識自己和同學。	口頭發表 課堂討論	無
第2週	1							
第3週	1							
第4週	1							
第5週	1							
第6週	1							

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

第 7 週	1		特社 1-III-3 接納自己與接受 不可能每個人都 喜歡自己的事 實。			5. 討論與發表得知別人對自己的看法。		
第 8 週	1	情緒觀測站	特社1-III-1 聽從 建議選擇較佳的 情緒處理技巧。 特社1-IV-1 分辨與表達(矛盾的) 情緒。 特社1-IV-3 在面對壓力時， 適當的調整情 緒。	特社A-IV-1 (兩難)情緒 的處理。	1. 了解自己的 情緒 2. 表達自己的 情緒 3. 找出處理 負向情緒的 合宜方式	1. 情境圖片或影片的討論與 分享。 2. 藉討論與分享覺察對於不 同生活事件的情緒。 3. 討論與分享引發自己負向 情緒的壓力來源。 4. 討論如何處理自己的負向 情緒。 5. 在模擬情境演練處理負向 情緒的方式。 6. 分享自己在校園生活、家 庭生活中自我覺察並表達 情緒的經驗 7. 從相關影片、動畫或社會 議題討論，了解覺察情緒 與適當地表達情緒的重 要性。 8. 藉著情境演練，討論與模 擬適當的處遇方式。	口頭發表 課堂討論 情境演練	EQ 學園好人氣養 成班_情緒管理與 人際關係影片
第 9 週	1							
第 10 週	1							
第 11 週	1							
第 12 週	1							
第 13 週	1							
第 14 週	1							
第 15 週	1	壓力辨識與因應	特社 1- I -2 藉由生理反應察 覺與辨識壓力與 情緒的反應。 特社 1-III-2 嘗試使用抒解壓 力的方法。 特社 1-IV-3 在面對壓力時， 適當的調整情 緒。 特社 1-IV-5 從 可行策略中，選 擇適當的抒解壓 力方式。	特社 A- I - 2 壓力的察 覺與面對。 特社 A- II - 2 壓力源的 評估與處 理。 特社 A- III - 2 壓力的替 代與抒解方 法。 特社 A- IV - 2 壓力的控 制與調整。	1. 能辨識與 表達自己 的情緒壓 力來源。 2. 學習調 適壓力 的方法。 3. 選擇適 合自己的 抒解壓力 方式。	1. 從影片或新聞事件或繪本 中探討壓力的來源。 2. 能說出自己生活中壓力的 來源。 3. 利用影片或繪本討論與分 享適合自己的抒解壓力方 法。 4. 輪流發表分享自己的壓力 處理經驗。	口頭發表 課堂討論 情境演練	相關影片或繪本
第 16 週	1							
第 17 週	1							
第 18 週	1							
第 19 週	1							
第 20 週	1							
第 21 週	1							
第 22 週		休業式						

臺南市立中山國民中學 112 學年度第一學期 七 年級彈性學習 特殊需求 課程計畫(□普通班/■特教班)

學習主題名稱	社會技巧	實施年級 (班級組別)	七年級	教學節數	本學期共(21)節			
彈性學習課程 四類規範	3. ■特殊需求領域課程 身障類: <input type="checkbox"/> 生活管理 <input checked="" type="checkbox"/> 社會技巧 <input type="checkbox"/> 學習策略 <input type="checkbox"/> 職業教育 <input type="checkbox"/> 溝通訓練 <input type="checkbox"/> 點字 <input type="checkbox"/> 定向行動 <input type="checkbox"/> 功能性動作訓練 <input type="checkbox"/> 輔助科技運用 資優類: <input type="checkbox"/> 創造力 <input type="checkbox"/> 領導才能 <input type="checkbox"/> 情意發展 <input type="checkbox"/> 獨立發展 其他類: <input type="checkbox"/> 藝術才能班及體育班專門課程 4. <input type="checkbox"/> 其他類課程 <input type="checkbox"/> 本土語文/新住民語文 <input type="checkbox"/> 服務學習 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 班際或校際交流 <input type="checkbox"/> 自治活動 <input type="checkbox"/> 班級輔導 <input type="checkbox"/> 學生自主學習 <input type="checkbox"/> 領域補救教學							
設計理念	藉由課程幫助學生增進處己、處人、處環境之技巧，培養其適應生活、解決問題的能力。							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	J-A1 具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。 J-A2 具備理解情境全貌，並做獨立思考與分析的知能，運用適當的策略處理解決生活及生命議題。 J-B1 具備運用各類符號表情達意的素養，能以同理心與人溝通互動，並理解數理、美學等基本概念，應用於日常生活中。 J-C2 具備利他與合群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養							
課程目標	1. 透過情緒和壓力的辨識與處理，培養情緒和壓力問題解決、計畫擬定或調整的能力。 2. 運用適當的方式接收和解讀訊息，學習尊重、欣賞他人，以及妥善處理衝突情境的能力。 3. 透過傾聽他人、表達自我需求或參與團體討論的方式，培養適應學校、家庭和社區等各種情境的能力。							
配合融入之領 域或議題	<input type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文 <input type="checkbox"/> 英語文融入參考指引 <input type="checkbox"/> 本土語 <input type="checkbox"/> 數學 <input type="checkbox"/> 社會 <input type="checkbox"/> 自然科學 <input type="checkbox"/> 藝術 <input checked="" type="checkbox"/> 綜合活動 <input type="checkbox"/> 健康與體育 <input type="checkbox"/> 生活課程 <input type="checkbox"/> 科技 <input type="checkbox"/> 科技融入參考指引		<input checked="" type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input checked="" type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input checked="" type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input type="checkbox"/> 多元文化教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 原住民教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育					
表現任務	口頭發表、情境演練、觀察							
課程架構脈絡								
教學期程	節數	單元與活動名稱	學習表現 校訂或相關領域與 參考指引或 議題實質內涵	學習內容 (校訂)	學習目標	學習活動	學習評量	自編自選教材 或學習單
第 1 週	1	人際放大鏡	特社2-IV-2區辨各種溝通訊息的情緒和意圖，並能保留正向內容激勵自己，察覺負向內容保護自己。	特社 B-III-1 正負向訊息的判斷。	區辨各種溝通訊息的情緒和意圖。	1. 我戴有色眼鏡嗎?—透過人際情境的解讀，了解自己在解讀他人意圖時，容易出現的傾向和偏好。 2. 人際 EQ 大考驗:找出意圖歸因的線索。 3. 走出人際迷宮；能覺察日	口頭發表 課堂討論 情境演練	EQ 學園好人氣養成班_情緒管理與人際關係影片
第 2 週	1							
第 3 週	1							

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

						常生活中容易導致錯誤意圖歸因的因素。 4. 人際雷達；能在人際互動中保持適當的人際距離。		
第4週	1	人際病毒特搜隊	特社2-IV-2區辨各種溝通訊息的情緒和意圖，並能保留正向內容激勵自己，察覺負向內容保護自己。	特社 B-III-1 正負向訊息的判斷。	1. 辨識善意或惡意的行為。 2. 能拒絕欺負、被欺負、被要求一起欺負別人的情境	1. 開玩笑還是惡作劇？—以人際情境做為討論題材，學習分辨善意與惡意的行為。 2. 人際病毒 X 光機：藉人際互動情境，讓學生體會善意玩笑與惡意欺負的差異，並認識常見的欺負行為類型。 3. 人際病毒隔離室：分享與討論自己曾經經歷過，或看過別人被欺負嘲弄的實際例子，並判斷這些事例屬於哪一種欺負類型，引導學生拒絕欺負行為。 4. 以前述欺負行為為例，討論與模擬適當的處遇方式。 5. 正義少年防身術：能拒絕欺負、被欺負、被要求一起欺負別人的情境。	口頭發表 課堂討論 情境演練	EQ 學園好人氣養成班_情緒管理與人際關係影片
第5週	1							
第6週	1							
第7週	1							
第8週	1	面對衝突	特社 2- I -8 分辨與表達衝突的原因、情境與後果。 特社 2- II -4 分辨與採用適當的方式解決衝突，並能理性評估和接受衝突的後果。 特社 2- III -10	特社 B- I -4 衝突的原因及情境分析 特社 B-II-4 衝突情境的因應。 特社 B-III-4 自我需求與困難的表	1. 表達發生衝突的原因。 2. 面對衝突情境時，能以適當的方式控制或表達負面的情緒。 3. 在無法執	1. 分享與討論影片中所看到的衝突事件。 2. 分享自己在校園團體生活中、或家庭生活中所遇到的衝突情境。 3. 輪流發表分享自己可能遭遇的困難及立場。 4. 利用角色扮演模擬演練拒絕的技巧。 5. 透過分享、討論與情境模擬演練，能找出合宜的處	口頭發表 課堂討論 情境演練	情境影片
第9週	1							
第10週	1							
第11週	1							
第12週	1							
第13週	1							

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

第 14 週	1		檢視發生衝突的原因並設法自我修正。 特社 2-IV-11 在面對衝突情境時，控制自己情緒並選擇可被接受的方式回應。	達。 特社 B-IV-4 拒絕的技巧。	行他人的要求時，能有效分析自己的困難。 4. 在無法接受要求時，禮貌的說明拒絕的原因。在無法接受要求時，禮貌的說明拒絕的原因。 5. 能以適當的方式回應衝突情境	遇衝突方式，並以能被接受的方式表達自己負面的情緒。		
第 15 週	1	我是桌遊好玩家	特社2-IV-9 與他人共同從事活動，分享彼此的感受或想法。 特社2-IV-17 以平等、尊重的態度與他人共同參與團體或活動。 特社3-IV-1 能在課堂或小組討論尊重他人不同的意見。	特社C-IV-1 尊重與接納學校的多元意見。 特社C-I-1 學校規則的認識與遵守。	1. 遵守團體遊戲規範。 2. 主動協助或指導他人。 3. 遊戲結束時能主動收拾環境。	1. 閱讀桌遊的規則說明 2. 練習介紹規則 3. 進行遊戲 4. 收拾器材	口頭發表 課堂討論 實際演練	各式桌遊
第 16 週	1							
第 17 週	1							
第 18 週	1							
第 19 週	1							
第 20 週	1							
第 21 週	1							
第 22 週					休業式			

C6-1 彈性學習課程計畫(第三、四類)

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎依據「學習表現」之動詞來具體規劃符應「學習活動」之流程，僅需敘明相關學習表現動詞之學習活動即可。

◎彈性學習課程之第 4 類規範(其他類課程)，如無特定「自編自選教材或學習單」，敘明「無」即可。